

Verstrudelte Erdbeere –Joghurtcreme

Zutaten für 10 Personen

- 50 g Strudelteig in Platten TK
- 50 g Zucker
- 24 g Blattgelatine
- 1,0 l Joghurt, 3,5 % Fett, Natur
- 80 g Zucker
- 0,4 kg Erdbeeren, püriert
- 2 g Limonenschale, ungespritzt
- 20 g Minze, frisch
- 10 St. Erdbeeren mit Grün, frisch
- Puderzucker für Dekor

Zubereitung

1. Die Strudelteigblätter auf Backpapier legen und mit Zucker bestreuen, im Backofen goldbraun backen, abkühlen lassen.
2. Die Blattgelatine in kaltem Wasser einweichen bis sie weich und geschmeidig ist.
3. Den Joghurt glattrühren mit Zucker abschmecken, Die Erdbeeren mit der Limonenschale würzen.
4. Die Blattgelatine gut ausdrücken und in einer Schüssel im Wasserbad auflösen. Einen kleinen Teil der Joghurtmasse in die flüssige Gelatine einrühren, (dient zum Temperatenausgleich). Dann den Rest der Joghurtmasse darunter rühren.
5. In die Joghurtmasse einen Teil der gebackenen Strudelblätter hinein brechen und vorsichtig untermengen.
6. Wenn die Joghurtmasse mit Strudelblättchen leicht anzieht in einer ausgespülten Terrinen-oder Kuchenform gut 1 / 2 hoch einfüllen, die Erdbeerenmasse in die Mitte gießen, mit dem Rest der Joghurtmasse auffüllen und mit einer Speisegabel spiralförmig ineinander verziehen
(wie beim Marmorkuchen)
7. Einige Stunden kühlen, dann aus der Terrinen-oder Kuchenform stürzen, in Scheiben oder Stücke schneiden ,anrichten mit einer halben Erdbeere ,einem Stück Strudelblatt garnieren, bestäubt von Puderzucker.



Weitere Serviertipps

- Austausch der Früchte nach Saison (keine Kiwi und Ananas, vertragen sich nicht mit Blattgelatine).
- Anstatt Joghurt : Buttermilch oder Quark.
- Anstatt Strudelteig : Löffelbiskuit, Amarttinis.



Küchentipp

- Die Joghurtcreme kann auch gut mit den Erdbeeren in einer Schüssel verzogen werden und dann portioniert werden.
Mann kann auch den Joghurt mit den Erdbeeren vermengen, dann portionieren (Zeitersparnis aber nicht so dekorativ)



Tipp zur Gartechnik

- Temperatenausgleich bei Gelatine und Joghurt ist wichtig und sollte beachtet werden.
- Wenn warme zerlassene Gelatine in kaltes Joghurts eingerührt wird, kommt es zu einem Schock der Gelatine die dann schon am Schneebesen fest wird
(Fäden- Bildung)

Nährwertschätzung pro Portion

EW: 4,7g; Fette: 12,3g; KH: 39,8g; kcal: 292; kJ: 1168

Diät-Eignung

- Vollkost
- Reduktionskost (Joghurt 1,5 % ,ohne Zucker mit Süßstoff)
- Fettstoffwechselstörung(Joghurt 1,5 % ,ohne Zucker mit Süßstoff)
- Diabetes mellitus (unter Berechnung der BE, ohne Zucker)
- Purinarmer Kost

Eigene Notizen